

CLARIFIER & REALISER

sa motivation essentielle

Public

Toute personne souhaitant redéfinir son orientation professionnelle ou ses choix de vie ou encore réaliser ses désirs profonds

Objectifs

- > Distinguer motivations extérieures et motivation intérieure
- > Identifier sa motivation essentielle : reconnaître «immuable» en soi
- > Lever les inquiétudes, freins, préjugés qui peuvent limiter son épanouissement personnel ou professionnel
- > S'engager sur son propre chemin : faire les «bons» choix pour soi
- > Mettre en oeuvre sa motivation essentielle

Contenu

Réalisation

Durée
2 jours, soit 14 heures

Groupe
4 (minimum) à 12 participants (maximum)

Prérequis
Ne requiert pas de prérequis

Animation
Chantal BORYS
Formatrice-conceptrice senior

Dates & Lieux 2018-2019
17-18 décembre 2018-Paris

14-15 mars 2019-Paris
17-18 juin 2019-Paris
26-27 septembre 2019-Paris
16-17 décembre 2019-Paris

Coût 2018-2019
1 400 € HT/personne
1 680 € TTC/personne

Validation des acquis
- Auto-évaluation en fin de stage
- Attestation de Formation validant l'atteinte des objectifs pédagogiques de la formation

Identifier ou clarifier sa motivation essentielle

- > Faire la part entre motivations extérieures et motivation intérieure
- > Identifier ou reconnaître et se reconnecter à sa motivation essentielle
- > Lever les croyances sur soi issues des programmations familiales
- > Identifier son propre «mensonge fondamental»
- > Avoir une image de soi plus juste : sortir des programmations familiales
- > Se libérer de ses stratégies de surcompensation

Concrétiser sa motivation essentielle

- > Savoir faire les «bons» choix : identifier ce qui fait sens pour soi
- > Augmenter sa confiance en soi et développer sa sécurité intérieure
- > S'autoriser à s'engager sur son propre chemin
- > Développer sa capacité à aller dans ses «peurs» pour les dépasser
- > Faire la synthèse de ses redécisions et réajuster son plan de vie

Réaliser sa motivation essentielle

- > Renforcer sa décision à agir selon ses choix
- > Prendre conscience des résistances qui risquent de se présenter
- > Trouver les ressources pour gérer les moments difficiles
- > Avoir la conviction de pouvoir donner le meilleur de soi
- > Faire de sa motivation essentielle sa Raison d'Être

S'aligner sur sa motivation essentielle procure un sentiment croissant de plénitude.